

DODATEK FACHOWY

DO CZASOPISMA

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

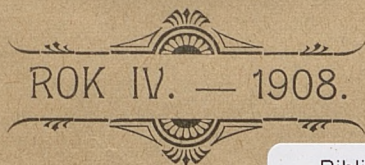
„SOKÓŁ“

WYDAWANY

POD KIERUNKIEM ZWIĄZKOWEGO GRONA NAUCZYCIELSKIEGO.

REDAKTOR:

EDMUND CENAR.



ROK IV. — 1908.

Biblioteka Jagiellońska



1002431590

L W O W.

Nakładem Związku polskich gimnastycznych Towarzystw sokolich.

1. Związkowa drukarnia we Lwowie, ulica Lindego 1. 4.

1908.

100690.
III

1908, DOD



Spis rzeczy

IV. rocznika „Dodatku do czasop. Przewodnik gimn. Sokół” r. 1908.

Artykuły ogólne.

	Str
<i>J. Kornecki.</i> Znaczenie ruchu dla zdrowia	1, 17
<i>E. Cenar.</i> W sprawie gimnastyki w izbie szkolnej	19
<i>J. Kornecki.</i> Niemcy o gimnastyce szwedzkiej	49
<i>E. Cenar.</i> Z Towarzystwa zabaw ruchowych	60
<i>J. Kornecki.</i> Zdrowe matki — zdrowy naród	81
— Gimnastyka i sport — jako zdrowa kultura ciała	98
— Harmonia ciała, duszy i umysłu	116, 129
Żądania austriackiego Związku turner	127
<i>Fr. Kapalka.</i> Odpoczynek po pracy umysłowej	153
<i>Fr. Kap.</i> Popęd do ruchu	176
<i>E. Cenar.</i> Sporty zimowe	177

Fizjologia i higiena.

<i>J. Kornecki.</i> Szkoła w lesie	10
— Przeciw paleniu tytoniu przez młodzież	16
— Wpływ światła na zdrowie	33
— Hygieniczne wychowanie młodzieży	113
<i>Fr. Kapalka.</i> Normalne i wymuszone oddechanie	133
Ćwiczenia głębokiego oddechu w szkole	152

Systematyka ćwiczeń.

<i>E. Cenar.</i> Ćwiczenia w sztucznym ślizganiu się	4, 23, 35
— Zapomniane ćwiczenia	20, 39
<i>Artychowski.</i> Ćwiczenia maczugami	41
<i>B. Wydląka.</i> Ćwiczenia kosą	75, 90, 106, 120
<i>Sz. Połomski.</i> Ćwicz. toporkiem i taniec tatrzański	77, 84, 100, 123

Metodyka ćwiczeń.

Jak należy jeździć na saneczkach	47, 59
<i>E. C.</i> Gimnastyka popisowa. Ćwicz. maczugą dwojak	56, 117, 171
<i>E. Cenar.</i> Gimnastyka w gniazdach włościańskich	94, 165
— Ćwiczenia obręczą sokołom morawskich	150, 161
<i>R. Kordys.</i> Nauka i ćwiczenia narciarskie	179

Gry. — Sport.

<i>A. Durski.</i> IV. międzynarodowe igrzyska olimpijskie (program)	11
<i>A. Wallek.</i> Program zawodów w jeździe sztucznej na łyżwach	15
Plac sportowy w Wiedniu	31

	Str
Do igrzysk w Londynie	32
Sporty zimowe	32
Tor saneczkowy we Lwowie	32
<i>E. Cenar.</i> Zawody w lekkiej atletyce	52, 66
<i>E. C.</i> Park gier Tow. zabaw ruch. we Lwowie	64
— Program ćwiczeń Tow. zabaw ruch. we Lwowie	96, 112, 129
<i>E. Cenar.</i> IV. igrzyska olimpijskie w Londynie	137
— Zawody w biegu rozstawnym na 1000 mil. ang.	167
— Zawody w Diabolo	168

Złoty.

Ćwiczenia wolne na III. Złot okr. Tarnowskiego	67
„ maczugami na III. Złot okr. Tarnowskiego	69
<i>E. Złotnicki.</i> Ćwicz wolne na IV. Złot okr. Przemyskiego	70
<i>Wł. Świątkiewicz.</i> Ćwicz. wolne na V. Złot okr. Stanisławowskiego	71
— Ćwiczenia szablą na V. Złot okr. Stanisławowskiego	71
<i>E. Cenar.</i> Pierwsze ćwicz. publicz. żydow. Tow. gimn. we Lwowie	79
Zjazd Turnerów w Frankfurcie n. Menem	136
<i>Wł. Świątkiewicz.</i> Złot turnerów w Frankfurcie n. Menem	144, 155
Złot sokoli w Prościejowie (Morawa)	168
Złot chorwacki w Suszaku	168

Gimnastyka za granicą.

<i>J. Kornecki.</i> Ćwiczenia szybki i bieg wytrwały w Szwajc. Związku	14
Sokół w Królestwie serbskiem	29
<i>Dr. F. Bučar.</i> Statystyka Sokolstwa południowej Słowiańszczyzny	63

Recenzje.

<i>Dr. F. Bučar.</i> Hrvatski sokolski koledar 1908	31
— Übersicht über die schulhygienische Literatur kroatischer Sprache	116
<i>W. Sikorski.</i> Palant czyli piłka polska	132

Nekrologi.

Ś. p. Józef Żuliński	31
Ś. p. Antoni Durski	169

Różne.

Siedmiomilowe buty	152
------------------------------	-----